

INSTITUT FÜR GANZHEITSMEDIZIN e.V.

GANZHEITSMEDIZIN IV:
DER WEG ZU EINEM NEUEN
BEWUSSTSEIN DER HEILUNG

**HOLISTIC
MEDICINE IV:**
THE WAY TO A NEW
CONSCIOUSNESS OF HEALING

Herausgegeben von
Christine Harpers Kreibitz
Im Auftrag von
Institut für Ganzheitsmedizin e.V.



GANZHEITSMEDIZIN IV:

DER WEG ZU EINEM NEUEN
BEWUSSTSEIN DER HEILUNG

HOLISTIC MEDICINE IV:

THE WAY TO A NEW
CONSCIOUSNESS OF HEALING

INHALT
CONTENT

EINLEITUNG 11
Introduction

HINWEISE DER HERAUSGEBER 15
Notes of the Editor

*GANZHEITSMEDIZIN INTERKULTU-
RELL & INTERDISZIPLINÄR / INTER-
CULTURAL & INTERDISCIPLINARY
ASPECTS OF HOLISTIC MEDICINE*

SAMSKĀRA UND NEURONALE
PLASTIZITÄT 21

Wo sich die Yoga-Sūtren von Patañjali und
Auffassungen der aktuellen Neurobiologie berühren
Saṃskāra and Neuronal Plasticity – Points of 47
Contact between the Yoga Sūtras of Patañjali and
Current Neurobiological Views
Sita Silvia Sitter

• *Europa / Europe*

WEGE ZUR GANZHEIT – 51
PHILOSOPHIE UND ANWENDUNG
IN DER TRADITIONELLEN
EUROPÄISCHEN MEDIZIN

**Way of Becoming Complete – Philosophy and 89
Implementation in Traditional European Medicine**
Gerhard Kögler

DIE MYSTERIEN VON ELEUSIS 91
Transformationserfahrung von Geburt, Tod und
Wiedergeburt

**The Mysteries of Eleusis - Transformational 121
Experiences of Birth, Death and Rebirth**
Jörg Fuhrmann

• *Afrika / Africa*

MUTTERMILCH ALS DAS 127
"WASSER DES LEBENS"
Lokales Wissen, Wahrnehmung und Behandlung
von Muttermilch und Brusterkrankung unter
stillenden Frauen in Burkina Faso

**Mothermilk as "Water that Supports and 159
Preserves Life"- Local Knowledge, Perception
and Treatment of Breastmilk and Breast
Problems among Breastfeeding Mothers in
Burkina Faso**
Jennifer Hofmann

• *Asien / Asia*

TRADITIONELLES 163
YOGA & AYURVEDA

Traditional Yoga & Ayurveda 183
René & Jana Schliwinski

DIE LEBENSENERGIE UND IHRE BEEINFLUSSUNG 185

Selbstheilung in westlichen und östlichen Heilsystemen

The Life Energy and its Influence - Self-Healing in Western and Eastern Healing Systems 201

Bernadett Gera

• *Mittel- und Südamerika*
Central America and South America

GEIST, HEILUNG UND GEISTHEILUNG 205

Spirituelle Obsession und Mediumismus als Erklärungsmodell und Therapieansatz im Schnittfeld religiös-spirituellem und psychiatrischer Heilpraxis: Spiritismus in Brasilien und Deutschland

Spirit, Healing, and Ghosthealing – Spiritual Obsession and Mediumship as Explanatory Model and Therapy Approach at the Intersection of Religious-Spiritual and Psychiatric Healing Practice: Spiritism in Brazil and Germany 239

Helmar Kurz

**NEUE WEGE DER
GANZHEITSMEDIZIN /
NEW WAYS OF
HOLISTIC MEDICINE**

DIE HEUTIGE „VISION QUEST“ 245
ALS NATURÄSTHETISCHE
KONTEMPLATION UND
SÄKULARISIERTE RELIGIÖSE
NATURERFAHRUNG

**The Contemporary ‘Vision Quest’ as Aesthetic 271
Contemplation and Religious Nature Experience**
Robert Josef Kozljanič

JENSEITS DER MEDITATION – 275
AUSSERHALB VON ZEIT
INNERHALB VON RAUM

**Beyond Meditation – Outside of Time 301
Inside Space**
Alexandra Attenberger

TOPDOWN – STRESS BEGINNT 303
IM KOPF

Topdown - Stress starts in the Mind 322
Bernadette Werneke

RAUS AUS DER STRESSSPIRALE 325
Entschleunigung und innere Gelassenheit
für Körper, Geist und Seele

**Stepping out of the Stress-Spiral - Deceleration 355
and Inner Serenity for Body, Mind and Soul**
Milena A. Raspotnig

DIE ATEMFORM: 359
EINE PERSÖNLICHE OFFENBARUNG

The Breathing Form: a Personal Revelation 380
Marco Gerhards

DER HERZKREIS -	383
Ein ganzheitlicher Ansatz in der Psychokardiologie	
The HerzKreis - A Holistic Approach in	408
Psychocardiology	
Michael D.F. Schmidt	
TAO-TECHNIKEN DER INNEREN	411
ALCHEMIE	
Bauchmassage und meditative Techniken	
TAO Techniques for the Inner Alchemy	424
Matvei Tobman	
SPIRITUALITÄT UND SEXUALITÄT IN	427
DER GEBURTSHILFE	
Spirituality and Sexuality in	441
Midwifery (Obstetrics)	
Susanne Dörfler	
VERGESSENE HEILTINKTUREN	443
VON ASCHEN BIS OXYMEL	
Zurück zu den Wurzeln der Medizin	
Forgotten Healing Tinctures from	461
Ash to Oxymel	
Gabriela Nedoma	
HAUSMITTEL AUS	463
ANTHROPOLOGISCHER SICHT	
Ein Einblick in das Mamacura-Projekt	466
Home Remedies from an Anthropological Point	
of View - An Insight into the Mamacura Project	
Caroline Contentin el Masri	
DIE HEILKRAFT VON GEMÜSE	469
The Healing Power of Vegetables	478
Annette Kerckhoff	

BEIFUSS – VON DER GEISTERBESCHWÖRUNG BIS ZUR KREBSTHERAPIE	479
Mugwort – From Necromancy to Cancer Therapy Monika Köckeritz	511
DER FEUERDRILL - SPIRITUELLE ASPEKTE EINER TECHNIK VON DEN ANFÄNGEN DER MENSCHHEIT	513
The Fire Drill - Spiritual Aspects of a Technique from the Beginning of Humanity Tilman Meynig	528
AUTORENREGISTER Authors	531
HERAUSGEBERIN DIESES BANDES Editor of this Book	532
DANKSAGUNG Acknowledgement	538
STICHWORTVERZEICHNIS Index of Keywords	539 542
ERSCHIENEN IN DIESER REIHE Published in this Series	545



EINLEITUNG INTRODUCTION

Christine E. Herrera Krebber

Der Weg zu einem neuen Bewusstsein der Heilung

Nicht nur in der therapeutischen Praxis beschäftigt die Frage: Warum tun wir, was wir tun und was bewegt uns, es so zu tun, wie wir es tun? Wie selbstbestimmt und bewusst gestalten wir unser Handeln? Über das Bewusstsein der Heilung macht sich Dr. med. Sitter in diesem Band Gedanken und findet die Lösung in den Yoga-Sütren von Patañjali im Saṃskāra. Sie schlägt den Bogen zum Kulturvergleich und findet wiederum Erkenntnisse in unserer modernen Schulmedizin. „Das Unbewusste und das Bewusstsein und dahingehende Veränderungen auch in Nervenzellnetzwerken zu beschreiben, sind ebenso Inhalte aktueller neurowissenschaftlicher Forschung und auch Basis therapeutischer Prozesse.“

Hierauf nimmt auch der Chirurg Dr. Tobman in diesem Band Bezug, wenn er erklärt, dass TAO-Techniken einen Prozess innerer Alchemie, eine innere Transformation durch Verarbeitung von negativen Emotionen in Gang setzen. Das Bewusstsein ist hier von zentraler Bedeutung für die Gesundheit: Es gilt, Energieströme von Blockaden zu befreien, negative Emotionen in positive umzuwandeln und das Wichtigste dabei – im Fluss zu bleiben, d.h. flexibel und entspannt auf die Herausforderungen des Lebens zu reagieren. Was sind diese „Ener-

gien“? In der westlichen Kultur sind sie nicht unbekannt. Wenn einem etwas „schwer im Magen liegt“ oder die „Galle hoch kommt“ oder etwas „an die Nieren geht“ fühlt man genau das, was Taoisten als „negative Organ-Energien“ bezeichnen. „Schmetterlinge im Bauch“ oder „aufblühendes Herz“ dagegen sprechen für einen positiven emotionalen Zustand.

Susanne Dörfler geht dabei noch weiter, über den Energie-Körper-Bezug hinaus: Spiritualität ist die Fähigkeit des Menschen sich mit der Lebensenergie zu verbinden, die durch das gesamte Universum fließt. In dieser Vereinigung sind wir Menschen eins mit der Schöpfung. Die erfahrene Hebamme empfiehlt den gebärenden Frauen sich mit ihrer archaischen Kraft zu verbinden, den Archetypen der Frau - Hexe, Wölfin, Jungfrau, weise Alte, Hure, Kriegerin, Königin, Priesterin, Heilerin...

Auf diese Transformationserfahrung von Geburt, Tod und Wiedergeburt nimmt auch Jörg Fuhrmann Bezug in seinem Kapitel „Die Mysterien von Eleusis“. Als transpersonal ausgerichteter Therapeut kann Fuhrmann diesbezüglich von etlichen Fallbeispielen aus seiner Praxis berichten, bei denen vordergründig aufgetretene Themen letztendlich tief im prozeduralen Leib verwurzelt waren.

“Nicht nur durch die permanente Flut an Informationen, sondern auch durch weitere Einflüsse, wie zum Beispiel unsere veränderte Ernährung und der Verlust von natürlichen Rhythmen, ist unser instinkthafte Kampf-oder-Flucht-System dauerhaft eingeschaltet. Dies ist in unserem Alltag inzwischen gängige Praxis und nicht ohne Grund ist Burnout derzeit eine der häufigsten Diagnosen in meiner Praxis”, berichtet Raspotnig.

Die Lösung hierfür ist, genau wie unser Leben, komplex und muss auf allen drei Ebenen – Körper, Geist und Seele – angepackt werden.

Die Methoden der Bewusstseinsänderung, Wiedervereinigung, Neuprogrammierung des Bewusstseins sind vielfältig – über die Naturerfahrung „vision quest“ von Dr. Kozljanic in diesem Band, die Meditation nach Alexandra Attenberger, die Atmung nach Marco

Gerhards, zu den Übungen des HerzKreis nach Dr. Schmidt oder auch durch die Ernährung, die nach Milena Raspotnig eine wichtige Rolle spielt.

„Wenn du das trübe Wasser zur Ruhe kommen lässt, wird es klar. Wenn du deinen aufgeregten Geist zur Ruhe kommen lässt, wird deine Verhaltensweise gleichsam klar.“ -Buddha- (im Kapitel von B.Werneke)

Eine besondere Rolle spielt nach unseren Autoren dabei die Ernährung: Biomedizinisch wird jetzt die Darmflora als zentral für die seelische und die körperliche – d.h. die ganzheitliche - Gesundheit betrachtet, berichtet Caroline Contentin el Masri.

Eine Schatztruhe voller Hausmittel mit Gemüse bietet hierzu die Autorin Dr. Kerckhoff. Das Wissen um die Heilkraft von Gemüse führt zu einer Steigerung der Gesundheitskompetenz, Sensibilität für den Körper, Aktivität und der Fürsorge.

Große Schätze finden Sie auch im Kapitel von Gabriela Nedoma. Die Kulturgeschichte der Pflanzenauszüge lässt sich bis in die prähistorische Zeit zurückverfolgen. Bereits die Neandertaler nutzten beispielsweise die Kraft antibiotischer Heilpflanzen wie der Schwarzpappel (*Populus nigra*) und setzten sie zur Behandlung von Schmerzen und Entzündungen ein. Tinkturen werden heute als Wirkstoffextrakte in Alkohol definiert und überwiegend aus Pflanzen hergestellt. Es ist de facto nicht möglich zu unterscheiden, wo die Medizin aufhört und die Kulinarik beginnt und umgekehrt, ganz im Sinne des griechischen Arztes Hippokrates von Kos, der schrieb: „Nahrung ist Medizin und Medizin ist Nahrung.“

Von den Anfängen der Menschheit berichtet auch Tilman Meynig über die Bedeutung des Feuers. Das Element Feuer begleitet den Menschen in seiner Entwicklung von Beginn an wie das Wasser, die Luft und die Erde. Wie sehr wir Menschen vom Feuer und seinen Erscheinungen beeindruckt sind, zeigt bereits die häufige Verwendung von Bildern und Metaphern des Feuers in der Sprache: man ist „Feuer und Flamme“ für etwas, das war aber nur ein „Strohfeuer“, bis „der Funke übergesprungen“ und daraus ein „Flächenbrand“ geworden ist. Feuer wird in der Sprache mit Verwandlung in Verbindung gebracht, mit

Willenskraft, Antrieb und Lebendigkeit. Neben den Vorteilen, die das Kochen mit sich brachte, begünstigt Feuer ganz konkret das Eintreten in tranceartige Bewusstseinszustände, die die Erforschung und Bereisung des Innenlebens ebenso begünstigen wie das Zelebrieren der Gemeinschaft mittels darauf abstellender, sich ebenso differenzierender Formen, in die das Feuer als transformative Entität wiederkehrt und sich so in das kollektive Gedächtnis „einbrennt“.

Das schon in den 60er Jahren bahnbrechende und grundlegende soziologische Modell der Salutogenese stellt die Gesundheit im Sinne von Homöostase und Heterostase anstatt der isolierten Krankheitserreger ziemlich kultursensibel in den Mittelpunkt.

Aus der ethnologischen Perspektive der kulturell divergierenden Vorstellungen über Ursachen von Krankheitserfahrung, Diagnosekategorien und Therapiemöglichkeiten schildert Helmar Kurz Themen der Homöostase und Heterostase aus der Sicht von Obsession und Mediumismus in Brasilien. Der Autor resümiert, dass im brasilianischen Kontext emotionale, spirituelle, mentale und/oder psychosoziale Leiden oft in Form körperlicher Symptome kommuniziert werden - und die Herausgeber möchten behaupten, dass dies nicht nur in Brasilien der Fall ist. Letztendlich werden PatientInnen somit zum Spielball einer Auseinandersetzung und Konkurrenz so genannter 'wissenschaftlicher', 'religiös-spirituelle', und 'alternativ-komplementärer' Therapieansätze. Die verschiedenen Erklärungsmodelle können sich allerdings auch gegenseitig ergänzen und inspirieren, und dadurch neue Praktiken der Heilungskooperation entwickeln.

Dr. Dipl.-Psych. Raspotnig empfiehlt in diesem Band: Die Lösungsansätze, vor allem auf der körperlichen Ebene, greifen zum einen auf hochaktuelle wissenschaftliche medizinische Erkenntnisse zu, zum anderen auf der Seelenebene, indem wir uns wieder auf traditionelle indigene Heilmethoden und Weisheiten zurück besinnen. Verweben wir dieses moderne und traditionelle Wissen miteinander, so wird es möglich, mit kraftvoller innerer Balance zu leben.

Christine Herrera Krebber, München im März 2019